

Lammspießchen auf Kohlrabi



Zutaten für zwei Personen:

6-10 Lammspießchen (ca. 250-300 g)

Salz, Pfeffer aus der Mühle

Kräuter der Provence (alternativ italienische Kräuter oder Gyros-Gewürz)

1 EL Olivenöl

Kohlrabi:

1 größerer Kohlrabi (ca. 200 g netto)

1 TL Butter (5 g)

30 ml kräftige Gemüsebrühe oder Gefügelbrühe

Salz, Pfeffer aus der Mühle

Muskat

1. Lammspießchen trocknen, leicht salzen und pfeffern, mit Kräutern der Provence bestreuen.

2. Lammspießchen portionsweise in wenig Olivenöl auf allen Seiten bei mittlerer Hitze braten.

3. Kohlrabischeiben fächerförmig verteilen, Lammspießchen darauf anrichten.

Kohlrabi:

1. Vom Kohlrabi großzügig den Fuß wegschneiden und ebenso großzügig mit einem Sparschäler schälen.

2. Kohlrabi längs halbieren, die Hälften mit einem Gemüsehobel quer in 3-4 mm dünne Scheiben schneiden.

3. Die Scheiben in einem Topf mit Butter anschwitzen. Mit Gemüsebrühe ablöschen und etwa 30 Minuten bei sehr milder Hitze mit geschlossenem Deckel dünsten. Bei Bedarf Brühe nachgießen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

Hinweise:

Lammspieße gibt es - leider nicht so häufig - in türkischen Geschäften oder eben auch in gut sortierten Großmärkten zu kaufen.

Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 20 min, Gesamtzeit ca. 50 min, Hauptspeise, Trennkost abends, Fleisch, Lamm, mediterran

Rezept und Foto: Walter
Stand 20.01.2023